

Школа	МБОУ СОШ №2 г.Покров			Отд./корп	День				
									4
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	171	Каша гречневая с молоком	200	24,00	202,70	6,00	3,16	24,80
		209	Яйцо отварное	50	16,09	76,00	6,50	5,20	0,40
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	50	15,00	149,60	2,60	8,30	16,40
	напиток		Йогурт	200	21,00	108,00	4,50	3,00	21,80
			<i>Итого завтрак:</i>		500	76,09	536,30	19,60	19,66
Обед	закуска	36	Огурец соленый // Огурец свежий	60	8,00	8,19	0,50	0,06	1,07
	1 блюдо	150	Суп рыбный	200	22,00	152,94	6,72	3,62	18,22
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему с мясом	200	52,86	373,00	12,00	19,00	23,06
	напиток	342	Компот из свежих фруктов	200	12,00	47,90	0,11	0,11	11,63
	хлеб черн.	19	Хлеб ржаной	30	5,00	116,55	3,74	0,68	21,65
	хлеб бел.	18	Хлеб пшеничный	40	7,00	135,00	3,80	0,45	24,75
			<i>Итого обед:</i>		730	106,86	833,577	26,871	23,9188
		ИТОГО ДЕНЬ 4:		1230	183	1370	46	44	164

ДАТА: 11.04.2024 г.